20.032 Perník
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka hladká	2,20	2,20	2,80	2,80	2,80	2,80	3,30	3,30
kypriaci prášok do perníka	5	0,10	6	0,12	6	0,12	7	0,14
cukor práškový	1,70	1,70	2,10	2,10	2,10	2,10	2,50	2,50
mlieko	2,50	2,50	3,00	3,00	3,00	3,00	3,50	3,50
vajcia	10	0,50	12	0,60	12	0,60	14	0,70
tuk	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
džem	1,00	1,00	1,20	1,20	1,20	1,20	1,50	1,50
cukor práškový	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,25	0,25
tuk na plech	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
múka na plech	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	50		65		65		80	

Receptúra

Výrobný postup

Múku preosejeme, rozmiešame s kypriacim práškom do perníka, pridáme práškový cukor, rozpustený tuk, džem, mlieko, zľahka premiešame a rozotrieme na vymastený múkou vysypaný plech. Pečieme v mierne teplej rúre. Vychladnutý perník pokrájame na kocky a posypeme práškovým cukrom .
Pre vekovú skupinu A podávame na olovrant.
Pre vekovú skupinu B,C,D podávame ako múčnik za obedom a normujeme hmotnosť porcie 2x.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	791	190	3,30	2,5	0,0	37,4	0,9	22,2	0,5	0,027	0,0	0,0	0,4	0,0
B	1015	244	4,28	3,2	0,0	48,0	1,2	29,6	0,7	0,034	0,1	0,1	0,5	0,0

C	1015	244	4,28	3,2	0,0	48,0	1,2	29,6	0,7	0,034	0,1	0,1	0,5	0,0
D	1216	292	5,09	3,8	0,0	57,6	1,5	38,2	0,8	0,041	0,1	0,1	0,6	0,0